



МЕНЮ

12 сентября 2025 г.

Возрастная категория от 12 лет

10 день

10 день						
Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
	60	44,51	8,2	11,8	14,53	198,9
Бутерброд с сыром	300	31,26	8,57	10,5	61,36	420
Каша молочная рисовая	200	4,84	0,2	0	16	65
Чай с лимоном						
Итого:	560	80,61	16,97	22,3	91,89	683,9
ОБЕД						
	100	20,79	0,83	0	3,33	16
Овощи натуральные (огурец)	255	18,08	1,72	5,86	8,73	101,55
Борщ со сметаной	100	88,24	13,89	13,45	4	192,73
Рыба жареная (запеченая)	180	30,86	13,03	18,84	24,74	243,43
Рагу из овощей	200	12,6	1	0	24,4	101,6
Сок фруктовый	40	4,56	3,16	0,4	19,32	94
Хлеб пшеничный	30	3,52	1,98	0,36	10,02	52,2
Хлеб ржаной						
Итого:	905	178,65	35,61	38,91	94,54	801,51